5.055 Polievka krúpová s údeným mäsom
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	18,00	18,00	20,00	20,00	22,00	22,00	25,00	25,00
soľ	0,05	0,05	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
krúpy	0,50	0,50	0,50	0,50	0,60	0,60	0,60	0,60
cibuľa	0,20	0,17	0,30	0,25	0,30	0,25	0,40	0,34
olej	0,10	0,10	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
párky diétne	1,50	1,43						
petržlenová vňať čerstvá	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07
paprika mletá červená	0,03	0,03	0,05	0,05	0,08	0,08	0,10	0,10
mrkva	0,80	0,64	0,90	0,72	1,00	0,80	1,10	0,88
zeler	0,30	0,24	0,30	0,24	0,40	0,32	0,50	0,40
petržlen	0,30	0,24	0,30	0,24	0,30	0,24	0,40	0,32
kaleráb	0,20	0,16	0,30	0,24	0,30	0,24	0,40	0,32
údené pliecko			2,00	2,00	2,30	2,30	2.50	2.50
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	
hmotnosť mäsa v g	9		12		13		15	

Výrobný postup

Na oleji speníme očistenú, na kocky nakrájanú cibuľu, červenú mletú papriku, pridáme umytú očistenú nastrúhanú zeleninu a udusíme do mäkka. Krúpy umyjeme, zalejeme vodou a uvaríme. Pridáme udusenú zeleninu. Údené mäso uvaríme zvlášť, pokrájame na kocky a vložíme do polievky. Varíme 20 minút. V materskej škole použijeme na prípravu párky. Ochutíme soľou a umytou posekanou petržlenovou vňaťou pred podávaním.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	313	75	2,81	4,0	0,0	6,4	0,9	24,8	0,6	0,146	0,0	0,0	3,7	0,0
B	533	128	2,22	10,2	0,0	6,5	1,0	30,4	0,4	0,160	0,0	0,0	3,9	0,0
C	627	151	2,67	11,8	0,0	8,1	1,2	34,5	0,5	0,17	0,1	0,0	4,0	0,0

										7				
D	676	162	2,88	12,8	0,0	8,4	1,3	39,8	0,6	0,194	0,1	0,0	4,8	0,0